

# alma, corazón y vida

## El Confidencial

### Cómo solucionar los problemas que heredamos de nuestros antepasados



Francisco Gómez Gómez\* 20/09/2011 (06:00h)

El modelo de las Constelaciones Familiares de **Bert Hellinger** resalta el poder de conexión que cada persona tiene con su familia de origen en una o varias generaciones. Los temas no resueltos de nuestros antepasados, las injusticias cometidas dentro del sistema familiar o fuera de él pueden influir en la familia actual. Se trata de sensaciones y sentimientos que, como ha hecho patente Hellinger con su enfoque fenomenológico, son transmitidos a los miembros de una familia aun cuando no hayan conocido a sus antepasados.

Esta terapia parte de la base de que la familia y sus relaciones vitales son el punto de partida desde el que se puede descubrir el principio de muchas dolencias, especialmente las de carácter emocional y psíquico (pág. 24 en <http://www.ucm.es/BUCM/revcul/tribunacomplutense/numeros/45.pdf>), detectando y solucionando los desequilibrios existentes en el orden de un sistema familiar. En una sola sesión permite obtener gran cantidad de informaciones de un sistema familiar, **ofreciendo ideas para realizar cambios adecuados que repercutirán positivamente sobre todos los miembros del mismo.**

Las Constelaciones Familiares **se desarrollan en forma de seminarios o talleres**, en grupos reducidos cuya duración puede oscilar desde una tarde a todo un fin de semana, y en ellos es donde cada participante trabaja su

problema. Con algunos miembros del grupo se representa el problema y también a las personas que tienen relación con él. Así, la participación en un taller supone mirar los problemas propios y ajenos desde perspectivas hasta ahora desconocidas.

Al configurar el grupo mediante representantes, con una imagen del problema y de los miembros de la familia que participan en el mismo, el cliente puede tomar conciencia del lugar que ocupa en su propia familia y corregir los desequilibrios existentes, haciéndose responsable de ocupar su propio lugar, al darse cuenta que **aquellos problemas de los que él se queja son en gran parte responsables de su desarrollo.**

Los expertos en este tipo de prácticas sistémicas suelen hablar del Inconsciente Colectivo, en el que **se hallan memorizadas todas las informaciones**, incluso de otros sistemas. O de aquellos campos morfogenéticos con los que el biólogo inglés **Rupert Sheldrake** explica que antes de que su esposa llegue a casa, incluso faltando media hora para su llegada, su perro ya muestra signos de saber que su dueña está en camino. “Cuando vi por primera vez una Constelación Familiar” -comentó Sheldrake- “por fin supe de dónde lo sabía el perro. ¿Y por qué los humanos no van a poder participar también de este saber que tienen los perros?”.

**Las Constelaciones Familiares sacan a la luz aquello que estaba oculto o latente en las relaciones** y no sólo materializan lo que no se ve, por estar implícito, sino que van más lejos al producir unas imágenes de solución que eliminan definitivamente lo que en el psicoanálisis se denominaba como “resistencias”. Nuestros comportamientos producen reacciones y respuestas en los demás y las respuestas de los demás producen reacciones y respuestas en nosotros mismos.

Lo que se muestra en una Constelación Familiar es una imagen, que puede ser la que el propio cliente tiene interiorizada, lo que ya supone un cambio que hace posible que puedan surgir nuevas imágenes interiores, más liberadoras, que lleven al cliente a ocupar otros lugares diferentes en su familia.

El lugar que se ocupa en un grupo familiar, social o laboral determina no sólo los sentimientos y las emociones del individuo sino, lo que es más importante, su conducta. Por eso cambiar de lugar, posicionándose de otras maneras, modifica los sentimientos, las emociones y las conductas.

En realidad, las Constelaciones Familiares suponen **una filosofía práctica de la vida relacionada con vivenciar el orden establecido en el grupo familiar**, que tiene un alma común que les une a sus miembros en el destino. Por ello, nacer en una familia supone asumir ese alma familiar que tiene una historia, una cultura y un destino propio que influye y condiciona a todos sus miembros. [[http://es.wikipedia.org/wiki/Constelaciones\\_familiares#cite\\_note-17](http://es.wikipedia.org/wiki/Constelaciones_familiares#cite_note-17)]

**Francisco Gómez Gómez\***. Profesor de la Universidad Complutense.  
Miembro de IDAFAM (Instituto para el Desarrollo y Apoyo a Familias y Menores)

[fgomez@idafam.es](mailto:fgomez@idafam.es)